

CURRICULUM PROFESSIONALE
DOTTORESSA ALESSANDRA ESPOSITO

INFORMAZIONI PERSONALI

NATA A VIGEVANO IL 01/09/1988
RESIDENTE IN C.SO MILANO, 95 – VIGEVANO – 27029 – PV
ISCRITTA ALL'ALBO PROFESSIONALE DEI BIOLOGI
N. ISCRIZIONE AA_068828
P. IVA 04189780234
CELLULARE 340 3545756
EMAIL nutrizionista.esposito@gmail.com
PEC alessandra.esposito@biologo.onb.it
SITO WEB nutrizionistaesposito.it



ESPERIENZE PROFESSIONALI

DA LUGLIO 2013 AD OGGI

Svolgo l'attività di biologo nutrizionista in regime di libero professionista presso i seguenti studi:

- STUDIO LÈGEIN, VIA B. TELESIO 23, 20145, MILANO – MI
- STUDIO NUTRIZIONALE, Via Cà di Cozzi 10, 37124, Verona – VR
- STUDIO MEDICO PROFESSIONALE, Via D. Chiesa 16, 27029, Vigevano – PV

DA LUGLIO 2015 AD OGGI

Collaboro con il network VIVERSANO, per cui elaboro vari articoli che trattano tematiche nell'ambito dell'alimentazione

DA LUGLIO 2013 AD OGGI

Fondatrice e responsabile di lovefoods.it. Portale di informazione nutrizionale dove promuovo uno stile di vita sano utilizzando il canale dell'informazione nutrizionale

DA APRILE 2014 AD OGGI

Collaboro con la rivista STARBENE, per cui elaboro vari articoli che trattano tematiche nell'ambito dell'alimentazione

SETTEMBRE – GIUGNO 2017

Ho elaborato per l'agrinido FATTORIA CASA MIA di Ospedaletto di Pescantina (VR) il menu autunno-inverno e menu il primavera-estate, strutturato sulla base del modello della

dieta Mediterranea e secondo i LARN (Livelli di Assunzione di nutrienti, Raccomandati dalla società italiana di Nutrizione umana), nel rispetto di quanto riportato nelle Linee Guida Regionali

GENNAIO – MARZO 2016

In collaborazione con il Centro di Psicoterapia di Vigevano (PV) ho sviluppato il progetto ALIMENTAZIONE, indirizzato alle classi prime e seconde della scuola elementare Vidari, il cui obiettivo è stato stimolare la sensibilità e le conoscenze circa la buona alimentazione e gli stili di vita corretti.

MAGGIO – LUGLIO 2015

Relatrice del corso di educazione alimentare dal titolo SAI COSA PORTI IN TAVOLA?, organizzato dall'Associazione Culturale Veronautoctona, dove ho trattato le principali tematiche in ambito di dieta mediterranea, etichettature alimentare, spesa consapevole.

GIUGNO – LUGLIO 2014

Organizzatrice e relatrice del corso di educazione alimentare dal titolo SOPRAVVIVENZA ALIMENTARE, dove ho trattato le principali tematiche in ambito di dieta mediterranea, etichettature alimentare, spesa consapevole.

MARZO - MAGGIO 2014

Sono stata relatrice presso Alma, Scuola Internazionale di Cucina Italiana, di due docenze dal titolo "I grassi" e "Costruire un menu equilibrato".

ISTRUZIONE

LAUREA SPECIALISTA IN NEUROBIOLOGIA

NOVEMBRE 2010 - LUGLIO 2012

Conseguita presso l'UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PAVIA con votazione **110/110 e Lode**.

Titolo del progetto di tesi:

"SVILUPPO POSTNATALE DEL CERVELLETTO DI RATTO DOPO TRATTAMENTO CON UN NUOVO COMPOSTO DEL PLATINO: MARCATORI IMMUNOCITOCHIMICI DELLA NEUROTRASMISSIONE"

LAUREA IN SCIENZE BIOLOGICHE, indirizzo BIOLOGIA UMANA

OTTOBRE 2007 - NOVEMBRE 2010

Conseguita presso l'UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PAVIA con votazione **96/110**.

Titolo del progetto di tesi:

"MARCATORI DEI MECCANISMI CELLULARI E MOLECOLARI DELL'APOPTOSI NELLO SVILUPPO POSTNATALE DEL CERVELLETTO"

FORMAZIONE

MASTER DI SPECIALIZZAZIONE IN NUTRIZIONE UMANA E ALIMENTAZIONE

MARZO 2013 - APRILE 2013

Conseguita presso NUTRIFOR – FORMAZIONE IN NUTRIZIONE.

Ho conseguito il diploma di CONSULENTE NUTRIZIONALE approfondendo gli aspetti teorici e pratici relativi all'elaborazione di piani alimentari personalizzati sulla base di misurazioni antropometriche e condizioni fisiopatologiche con valori nutrizionali riferiti alla dieta mediterranea

MASTER IN CULINARY NUTRITION

FEBBRAIO 2014 - NOVEMBRE 2014

Conseguita presso ART JOINS NUTRITION – CUCINA EVOLUTION – ISTITUTO EUROPEO DI NUTRIZIONE CULINARIA.

Ho conseguito la qualifica di CULINARY NUTRITIONIST, approfondendo gli aspetti teorici e pratici legati all'elaborazione di piatti e ricette della tradizione Mediterranea con valori nutrizionali equilibrati.

CORSI DI AGGIORNAMENTO

IL DIABETE

OTTOBRE 2014

Corso FAD da 12 crediti ECM organizzato dalla SOCIETÀ ITALIANA DI DIABETOLOGIA E MALATTIE DEL METABOLISMO

PREVENZIONE AL FEMMINILE: STILI DI VITA, ALIMENTAZIONE E INTEGRAZIONE NELL'ETÀ DELLA DONNA

GENNAIO 2015

Corso FAD da 18 crediti ECM organizzato da FADMEDICA SRL

PIANTE ED ERBE OFFICINALI NELLA PRATICA DEL PROFESSIONISTA DELLA NUTRIZIONE

FEBBRAIO 2015

Corso FAD da 21 crediti ECM organizzato da ALLMEETINGS SRL

DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE: DIAGNOSI PRECOCE E APPROPRIATEZZA DELLE CURE

MAGGIO 2015

Corso FAD da 48 crediti ECM organizzato dall'ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ

FERTILITÀ: RUOLO CHIAVE DELLA NUTRIZIONE

GIUGNO 2015

Seminario online organizzato dalla SCUOLA DI NUTRIZIONE SALERNITANA

AGGIORNAMENTO NEL CAMPO DELLA NUTRIZIONE E SUPPLEMENTAZIONE

LUGLIO 2015

Corso FAD da 3 crediti organizzato da AKESIOS GROUP

L'ALIMENTAZIONE PRATICA PER LO SPORTIVO

13 E 14 FEBBRAIO 2016

Corso online organizzato dalla SCUOLA DI NUTRIZIONE SALERNITANA

L'ALIMENTAZIONE DEL CANE DOMESTICO

20 E 21 MAGGIO 2016

Corso residenziale da 20 crediti ECM tenuto a Roma organizzato dall'ORDINE NAZIONALE DEI BIOLOGI

ALIMENTAZIONE & DONNA

16 OTTOBRE 2016

Seminario online organizzato dalla SCUOLA DI NUTRIZIONE SALERNITANA

ALIMENTAZIONE CONSAPEVOLE E SANA NUTRIZIONE

NOVEMBRE 2016

Corso FAD da 50 crediti ECM organizzato da BBC S.R.L

FERTILITÀ A 360°. SPUNTI E NUOVE RIFLESSIONI SULLA PMA

NOVEMBRE 2016

Corso Online organizzato da SANITANOVA S.R.L

GRAVIDANZA E ALLATTAMENTO

28 MARZO 2017

Seminario online organizzato dalla SCUOLA DI NUTRIZIONE SALERNITANA

SVEZZAMENTO E PRIMA INFANZIA

4 APRILE 2017

Seminario online organizzato dalla SCUOLA DI NUTRIZIONE SALERNITANA

NUTRIMI

21 APRILE 2017

Forum di Nutrizione Pratica da 4,2 crediti ECM tenuto a Milano

L'IMPATTO DELLA NUTRIZIONE NELLA PMA

26 OTTOBRE 2017

Seminario online organizzato dalla SCUOLA DI NUTRIZIONE SALERNITANA

LA SALUTE E L'ALIMENTAZIONE: ANALISI DELLE RADICI PATOGENETICHE, STILI E ABITUDINI ALIMENTARI, FATTORI E CONCAUSE DELLE PRINCIPALI PATOLOGIE

DICEMBRE 2017

Corso FAD da 50 crediti ECM organizzato da SALUTE SICILIA